



## Тайм-менеджмент. Рекомендации книг

**Направление:** США

**Длительность программы:**

от 1 месяца

**Дедлайн приема документов:**

10 августа 2023 г.

**Цена:** от 0 KGS

**Описание:**

Время - самый ценный ресурс в нынешнем веке, который нельзя ни купить, и тем более ни возобновить. Грамотное управление своим временем - это лучший навык, которому вы можете научиться, чтобы достичь ваших самых заветных целей.

**Программа:**

Чтение книг по тайм-менеджменту представляет собой мощный инструмент для развития этого навыка. Книги не только предлагают ценную информацию о том, как эффективно управлять своим временем, но и помогают вам развить навыки планирования, приоритизации, организации и концентрации. В результате, вы обретете уверенность в вашей способности использовать время эффективно, достигая большего успеха и удовлетворения во всех сферах жизни.

В этой статье мы предоставим вам несколько книг, которые станут вашими наставниками, которые помогут вам сформировать привычки и стратегии, необходимые для достижения наших целей и раскрытия нашего потенциала.

1) "Атомные привычки: Простой и проверенный способ выработать хорошие привычки и избавиться от плохих" от Джеймса Клира. (Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones" by James Clear.) В этой книге вы найдете не только теоретические сведения, но и практические советы и стратегии для создания и укрепления новых привычек, а также методы избавления от негативных. Она поможет вам понять, как маленькие, ежедневные действия могут привести к невероятным результатам в долгосрочной перспективе.

2) "Как стать отличником: Нетрадиционные стратегии, которые используют настоящие студенты колледжа, чтобы получать высокие баллы и при этом меньше учиться". (How to Become a Straight-A Student: The Unconventional Strategies Real College Students Use to Score High While Studying Less) Кэла Ньюпорта. В этой книге автор, сам окончивший университет "Лиги Плюща" предлагает практические советы от себя и других отличников из ТОПовых вузов по эффективному изучению и организации учебного процесса.

3) "Техника Помодоро: признанная система управления временем, которая изменила то, как мы работаем" Франческо Чирилло. Эта книга представляет популярную Pomodoro - технику, которая помогает студентам эффективно управлять своим временем и повышать продуктивность.

4) "Думай как математик", от Барбары Оакли. "Think Like a Mathematician" by Barbara Oakley. Книга "Думай как математик" (Think Like a Mathematician) от Барбары Окли - это практическое руководство по развитию математического мышления и применению его принципов в повседневной жизни. Во многих главах, автор делится о важных навыках тайм-менеджмента.

Избавиться от рассеянности и неумением тратить свое время правильно тяжело, однако, если повторять эти полезные задания каждый день и выработать привычку, то вы сможете стать самой лучшей версией себя, которая грамотно управляет своим временем.

Надеемся, что читая книги, вы приобретете много знаний и обязательно используете их на практике.

#### **Контакты:**

+996 312 900 883, +996 701 900 883, +996 777 900 883, +996 557 900 883

Мы работаем круглосуточно и без выходных.

